



27-31 marca 2023 r.

## Szkolny Tydzień Zdrowia

Szkoła Podstawowa nr 5  
im. Księdza Jana Twardowskiego w Bilgoraju

„Dbać o zdrowie ważna sprawa,  
więc korzystaj z tego prawa”

### Świetlica szkolna

Akcja pod hasłem „**Tornister na wagę**”  
**Zdrowie na talerzu** – pogadanki, zagadki,  
omówienie piramidy zdrowia, prace plastyczne

### Biblioteka

**Kącik czytelniczy** –  
promujący właściwości zdrowotne

### Edukacja wczesnoszkolna

Podchody „**W zdrowym ciele, zdrowy duch**”  
**Rosnę i zdrowo się odżywiam** – pogadanka z pielęgniarką szkolną  
Pogadanka ze stomatologiem szkolnym o **higienie jamy ustnej**  
Przedstawienie podstawowych informacji o **zasadach zdrowego życia**  
- zajęcia z młodzieżą ZSZiO w Bilgoraju  
**Cukier to nałóg – gorzka prawda o cukrze**- filmik edukacyjny  
**Zajęcia kulinarne** - zdrowe przekąski

### Klasy 4-8

**Obliczenia wskaźnika BMI** służącego do kontroli sylwetki  
**Zajęcia kulinarne** – zdrowe przekąski  
**Turniej wiedzy o zdrowiu** w ramach lekcji biologii  
**Projekt „Chemii mniej, ciała lżej”**  
**Profilaktyki zdrowia** – zajęciach ze słuchaczami Studium Medycznego  
**Spotkanie z lekarzem pediatra** – pogadanka na temat problemów zdrowotnych

**Przerwy śródlekcyjne zachęcające  
do aktywności ruchowej przy muzyce**

**Bieg po zdrowie – DZIEŃ DRESA**

**ZAPRASZAMY**  
**Zespół Promujący Zdrowie**

